

**HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN *LONELINESS* PADA
INDIVIDU LANJUT USIA (LANSIA) DI SURABAYA**

SKRIPSI



OLEH :

Angela Vallen Florenthya
NRP. 7103015119

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2019**

**HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN *LONELINESS* PADA
INDIVIDU LANJUT USIA (LANSIA) DI SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk memenuhi sebagai persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi



OLEH :
Angela Vallen Florenthya
NRP. 7103015119

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2019**

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya

Nama : Angela Vallen Florenthya
NRP : 7103015119

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi saya yang berjudul:

HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN *LONELINESS* PADA INDIVIDU LANJUT USIA (LANSIA) DI SURABAYA

benar-benar merupakan hasil karya sendiri tanpa ada rekayasa dari pihak manapun. Apabila dikemudian hari ditemukan bukti, bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiat atau hasil dari manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta permohonan maaf dari pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran dalam membuatnya.

Surabaya, 29 Oktober 2019

Yang membuat pernyataan,



Angela Vallen Florenthya

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH**

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya :

Nama : Angela Vallen Florenthya
NRP : 7103015119

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya berjudul :

**“HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN *LONELINESS*
PADA INDIVIDU LANJUT USIA (LANSIA) DI SURABAYA”**

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-undang Hak Cipta.
Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 29 Oktober 2019

Yang membuat pernyataan,



Angela Vallen Florenthya

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI


HUBUNGAN ANTARA *GRATITUDE* DENGAN *LONELINESS* PADA INDIVIDU LANJUT USIA (LANSIA) DI SURABAYA

Oleh:

Angela Vallen Florenthya

NRP. 7103015119

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing : Agnes M. Sumargi, M. Psych., Ph.D. ()

NIDN : 0712047302

e-mail : agnes-maria@ukwms.ac.id.

Surabaya, 29 Oktober 2019

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Pada tanggal 29 Oktober 2019

Mengesahkan

Fakultas Psikologi,



Dewan Penguji :

1. Ketua : Made D. Rama A., M.Psi., Psikolog
 2. Sekretaris : Jaka S. Sudagijono, M.Psi., Psikolog
 3. Anggota : Elisabet W. Hapsari, M.Psi., Psikolog
 4. Anggota : Agnes Maria Sumargi, M.Psych., Ph.D.
- NIDN : 0712047302

HALAMAN PERSEMBAHAN

PENELITIAN INI DIPERSEMBAHKAN UNTUK:

TUHAN YESUS DAN BUNDA MARIA

**PARA LANJUT USIA YANG TELAH BERSEDIA
BERPARTISIPASI DALAM PENELITIAN INI.**

**PARA PENELITI SELANJUTNYA YANG INGIN MENGAJI
TENTANG KONDISI PSIKOLOGIS PARA LANJUT USIA
KHUSUSNYA TENTANG *GRATITUDE* DAN *LONELINESS*.**

**DOSEN DAN STAFF FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS
KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA.**

**KELUARGA, SAHABAT DAN TEMAN-TEMAN YANG SUDAH
MENDUKUNG SAYA DALAM MENYELESAIKAN PENELITIAN
INI.**

HALAMAN MOTTO

**SERTAKANLAH TUHAN DISETIAP LANGKAH DAN
PERBUATANMU, MAKA PERCAYALAH DAN SERAHKAN PADA-
NYA.**

UNGKAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena kehendak dan penyertaannya selama ini, peneliti dapat menyelesaikan penelitian untuk skripsi ini. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini telah selesai karena adanya dukungan, doa dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Tuhan Yesus dan Bunda Maria yang telah menyertai dan membimbing saya dan memberikan kecerdasan, kesuksesan dan kegigihan selama berproses dalam perkuliahan ini hingga selesai.
2. Ibu Florentina Yuni Apsari, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi yang telah memberikan kesempatan dan dukungan bagi peneliti untuk belajar dan mengembangkan diri di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
3. Ibu Agnes Maria Sumargi, M.Psych., Ph.D, selaku dosen pembimbing yang dengan penuh kesabaran dan ketelitian dalam memeriksa dan merevisi skripsi peneliti dan juga telah memberikan dukungan, bantuan dan informasi dalam menyelesaikan penelitian ini.
4. Bapak Made D. Rama Adhyatma, M.Psi, dan Ibu Elisabet W. Hapsari, M.Psi., Psi selaku dosen penguji yang telah bersedia meluangkan waktu untuk berdiskusi dan memberikan masukan untuk penelitian ini.
5. Bapak Made D. Rama Adhyatma, M.Psi, selaku dosen pendamping akademik yang selalu membantu dan memberikan pendampingan dalam selama peneliti berproses di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
6. Bapak Johannes Dicky Susilo, M.Psi., Psi, selaku dosen Fakultas Psikologi yang telah meluangkan waktu dan membantu peneliti dalam perhitungan dan pengolahan data.
7. Bapak Michael S. Rahardanto, MA dan Ibu Erlyn Erawan, Psy.D., selaku *judges* dan *reviewer* untuk alat ukur peneliti. Terima kasih telah memberikan waktu dan ilmu untuk memberikan masukan dalam penulisan alat ukur peneliti.

8. Segenap dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, yang telah memberikan banyak pengetahuan dan pembelajaran bagi peneliti selama menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi.
9. Karyawan Tata Usaha, Ibu Lilis, Ibu Eva dan Bapak Anang, yang memberikan bantuan kepada peneliti mulai dari penyusunan surat perizinan, administrasi selama perkuliahan, memberikan semangat dan segala hal yang berkaitan dengan pengumpulan skripsi.
10. Untuk para partisipan/responden yang telah bersedia untuk berpartisipasi mengisi kuisioner sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
11. Papa, Ma'ci, Valdo dan Via yang telah mendukung, membimbing, memberi semangat dan mendoakan saya selama ini, dimanapun saya berada dan bagaimanapun keadaan saya.
12. Eyang ali, aci peli, nano dan bulting, yang sudah mendukung, memberi semangat, saling membantu dan menemani mengerjakan skripsi sampai begadang bersama hehe.
13. Untuk Maria Ancila Danesia Boleng yang selalu menemani dan membantu dalam penelitian ini dan Rony Chandra yang telah menyumbangkan waktu dan memberikan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.
14. Untuk Kak Ebeth, Nikita, Shierly, Kak Orlin, Robert, Kak Febby, Kak Cindy, Linda, Indah, Mat atas dukungan dan bantuan informasi yang membantu saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
15. Untuk teman-teman angkatan 2015 mahasiswa Fakultas Psikologi, yang sudah mendukung satu sama lain, berproses bersama dan menyelesaikan perkuliahan ini bersama.
16. Untuk semua pihak terkait, terimakasih atas dukungan yang sudah diberikan.

Surabaya, 29 Oktober 2019

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Sampul Dalam	ii
Surat Pernyataan	iii
Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah	iv
Halaman Persetujuan	v
Halaman Pengesahan	vi
Halaman Persembahan	vii
Halaman Motto	viii
Ungkapan Terima Kasih	ix
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel	xv
Daftar Lampiran	xvi
Abstraksi	xvii
<i>Abstract</i>	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Batasan Masalah	10
1.3 Rumusan Masalah	11
1.4 Tujuan Penelitian	11
1.5 Manfaat Penelitian	11

1.5.1 Manfaat teoritis	11
1.5.2 Manfaat praktis	11
 BAB II LANDASAN TEORI	 12
2.1 Konsep <i>Loneliness</i>	12
2.1.1 Definisi <i>Loneliness</i>	12
2.1.2 Aspek-aspek <i>Loneliness</i>	13
2.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Loneliness</i>	14
2.1.4 Dampak <i>Loneliness</i>	15
2.2 Konsep <i>Gratitude</i>	15
2.2.1 Definisi <i>Gratitude</i>	15
2.2.2 Aspek-aspek <i>Gratitude</i>	17
2.2.3 Faktor-Faktor yang mempengaruhi <i>Gratitude</i>	18
2.2.4 Manfaat <i>Gratitude</i>	19
2.3 Konsep Lansia dengan <i>Loneliness</i>	19
2.3.1 Pengertian Lansia	19
2.3.2 Pengertian dan karakteristik Lansia dengan <i>Loneliness</i>	20
2.4 Keterkaitan antara <i>Gratitude</i> dengan <i>Loneliness</i> pada Lansia	21
2.5 Hipotesis	23

BAB III METODE PENELITIAN	24
3.1 Identifikasi Variabel Penelitian	24
3.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian	24
3.2.1 Definisi Operasional <i>Loneliness</i>	24
3.2.2 Definisi Operasional <i>Gratitude</i>	24
3.3 Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	25
3.3.1 Populasi penelitian	25
3.3.2 Teknik pengambilan sampel	25
3.4 Metode Pengambilan Data	26
3.4.1 Skala <i>Gratitude</i>	26
3.4.2 Skala <i>Loneliness</i>	28
3.5 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	29
3.5.1 Validitas	29
3.5.2 Reliabilitas	30
3.6 Teknik Analisis Data	30
3.7 Etika Penelitian	31
 BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	 33
4.1 Orientasi Kancan Penelitian	33
4.2 Persiapan Pengambilan Data	36
4.2.1 Perizinan Tempai	36
4.2.2 Perizinan Skala	36

4.2.3 Penerjemahan Skala	37
4.2.4 Penggandaan Skala	37
4.3 Pelaksanaan Penelitian	38
4.4 Hasil Penelitian	41
4.4.1 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	41
4.4.2 Deskripsi Identitas Partisipan	42
4.4.3 Deskripsi Data Variabel Penelitian	43
4.4.4 Uji Asumsi	50
4.4.5 Uji Hipotesis	50
 BAB V PENUTUP	 52
5.1 Bahasan	52
5.2 Kesimpulan	58
5.3 Saran	58
 DAFTAR PUSTAKA	 61
 LAMPIRAN	 65

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Variabel <i>Gratitude</i> (<i>GQ-6</i>)	44
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Variabel <i>Loneliness</i> (<i>UCLA version 3</i>)	45
Tabel 4.3 Tabulasi Silang <i>Gratitude</i> dengan <i>Loneliness</i>	46
Tabel 4.4 Tabulasi Silang <i>Loneliness</i> dengan Jenis Kelamin	47
Tabel 4.5 Tabulasi Silang <i>Loneliness</i> dengan Status Pernikahan	48
Tabel 4.6 Tabulasi Silang <i>Loneliness</i> dengan Frekuensi Kontak dengan Anak atau Kerabat	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. <i>Input</i> Data Skala <i>GQ-6</i>	65
Lampiran B. <i>Input</i> Data Skala <i>UCLA Loneliness version 3</i>	67
Lampiran C. <i>Coding</i> Data Skala <i>GQ-6</i>	75
Lampiran D. <i>Coding</i> Data Skala <i>UCLA Loneliness version 3</i>	77
Lampiran E. Tabel Validitas dan Reliabilitas Skala <i>GQ-6</i>	79
Lampiran F. Tabel Validitas dan Reliabilitas Skala <i>UCLA Loneliness version 3</i>	81
Lampiran G. Tabel Uji Asumsi	84
Lampiran H. Tabel Uji Hipotesis	86
Lampiran I. Deskripsi Identitas Partisipan	87

Angela Vallen Florenthya (2019) “Hubungan antara *Gratitude* dengan *Loneliness* pada Individu Lanjut Usia (Lansia) di Surabaya”. **Skripsi Sarjana Strata 1**. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRAKSI

Lanjut usia merupakan proses penuaan dimana lansia mengalami penurunan fungsi fisik, fungsi kognitif maupun fungsi sosioemosional sehingga hal ini mengakibatkan adanya perubahan perilaku, perubahan pada organ dan munculnya masalah psikologis. Perubahan perilaku dan munculnya masalah psikologis disebabkan karena lansia kehilangan pasangan hidup, ditinggal anak yang sudah berkeluarga, dan penarikan diri sehingga lansia cenderung mengalami perasaan *loneliness*. Salah satu faktor yang dapat mengatasi *loneliness* pada lansia antara lain adalah emosi positif seperti *gratitude*. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara *gratitude* dengan *loneliness* pada individu lansia di Surabaya. Partisipan dalam penelitian ini adalah 31 orang lansia yang tinggal sendiri, sudah tidak bekerja dan berasal dari beberapa komunitas lansia di Surabaya. Penelitian ini menggunakan *incidental sampling* dengan alat ukur berupa skala yang diisi oleh lansia, yakni *Gratitude Questionnaire-6* untuk mengungkap rasa kebersyukuran pada lansia dan *UCLA Loneliness version 3* untuk mengungkap rasa kesepian pada lansia. Hasil penelitian ini menunjukkan korelasi antara *gratitude* dengan *loneliness* pada lansia sebesar $-0,208$ dengan nilai p sebesar $0,115$ ($p > 0,05$). Dengan demikian, hipotesis penelitian ini ditolak. Hipotesis ini ditolak disebabkan oleh kemungkinan-kemungkinan antara lain adalah jumlah sampel penelitian yang terbatas, sampel penelitian merupakan lansia yang menjadi anggota aktif dalam kegiatan sosial dan lansia yang sering menjalin hubungan dengan keluarga maupun kerabat. Faktor-faktor ini perlu dipertimbangkan dan dikaji lebih jauh dalam penelitian selanjutnya.

Kata kunci: *Gratitude*, *Loneliness*, Lanjut Usia.

Angela Vallen Florenthya (2019) “The relationship between *gratitude* and *loneliness* among elderly people in Surabaya”. **Undergraduate thesis**. Faculty of Psychology, Widya Mandala Catholic University Surabaya.

ABSTRACT

Old age is the time for aging process taking place where individuals experience a decrease in physical, cognitive, and socioemotional functions. This makes behavioral and physical changes, as well as psychological problems among elderly people. Behavioral changes and psychological problems are due to elderly people lose their partners, live separated from their children because the children have their own family, and withdraw from social environment resulting them to feel loneliness. One factor that may decrease loneliness is positive emotions such as gratitude. The purpose of this study was to investigate the relationship between gratitude and loneliness among elderly people in Surabaya. Participants were 31 elderly people who lived alone, did not work or had been retired, and joined elderly communities in Surabaya. This study used incidental sampling to recruit participants and included two measures: The Gratitude Questionnaire-6 to assess gratitude and UCLA Loneliness version 3 to assess loneliness. Result showed that there was no significant relationship between gratitude and loneliness in elderly people, $r = -0.208$ and $p = 0.115$ ($p > 0.05$). Thus, the hypothesis was rejected. The hypothesis was rejected due to several possibilities such as limited sample size, participants were elderly people who were actively involved in social activities or clubs, and those who often interact with family and friends. This factors should be considered and investigated in future research.

Key words: *Gratitude, Loneliness, Elderly People.*